



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 18.05.2026

Утверждаю:

Генеральный директор



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Е.Н. Брончугина

Выход (г)	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	---	-------------------------

Завтрак

15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
507	Итого за Завтрак	ккал-512, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-72	85-00

Обед

200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом..	ккал-102, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
250	Плов с мясом, огурец свежий	ккал-423, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
741	Итого за Обед	ккал-910, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-132	114-91

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Е.Н. Брончугина

Брончугина Е.Н.